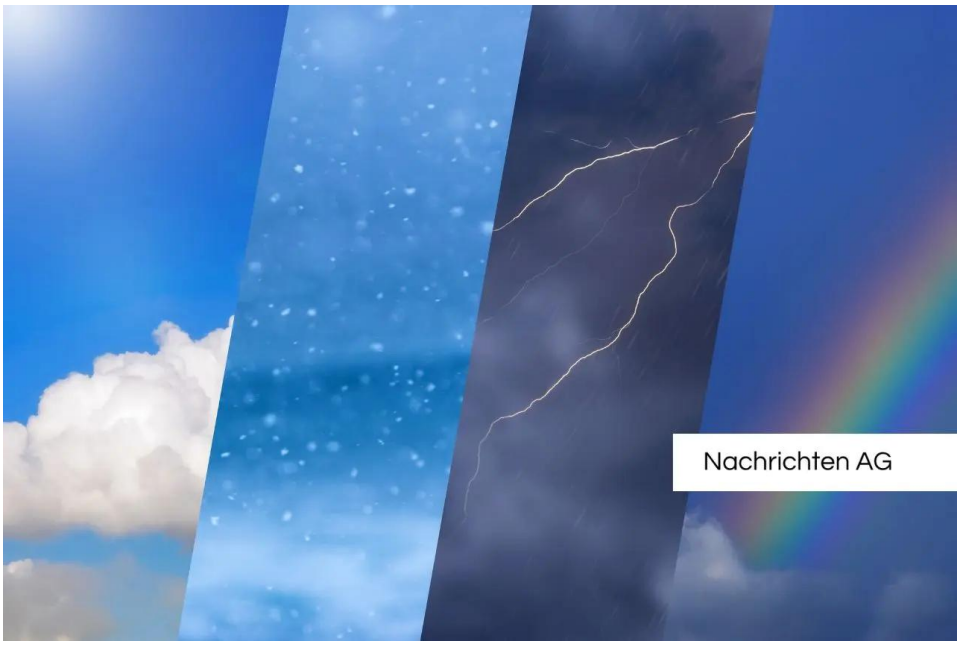
Regen und Schnee: Schlechte Wetterprognose für Kassel heute!

Erfahren Sie alles über das Wetter und Biowetter in Kassel am 30.01.2025: Temperaturen, Niederschlag, Pollenflug und Gesundheitstipps.



Am 30. Januar 2025 zeigt sich das Wetter in Kassel wechselhaft. Die Temperatur fällt morgens auf 4 °C, mit einem Höchstwert von nur 5 °C während des Tages. Nachts kühlt es auf 3 °C ab. Außerdem ist mit einer Niederschlagswahrscheinlichkeit von 100 % zu rechnen, was bedeutet, dass Regen und Schnee sowohl die Straßen als auch die Stimmung der Stadtbewohner beeinflussen werden. Der Wind weht mäßig mit Geschwindigkeiten von bis zu 21 km/h. Die UV-Strahlung bleibt mit einem Index von 0,16 niedrig, was die Gefahr eines Sonnenbrands minimiert. Der Sonnenaufgang erfolgt um 08:01 Uhr, während der Sonnenuntergang bereits um 17:01 Uhr stattfindet, wie **news.de** berichtet.

Im Hinblick auf das Biowetter ist die allgemeine Befindlichkeit der Menschen in Kassel bescheiden. Während Herz-Kreislaufbeschwerden (hypoton) sowie der Schwindel als unauffällig gelten, könnten Menschen mit hoher Anfälligkeit für Kopfschmerzen oder Migräne erhöhte Beschwerden wahrnehmen. Insbesondere bei rheumatischen Erkrankungen könnte das Wetter negative Auswirkungen auf die Gelenke haben. Gleichzeitig beschreibt die meteorologische Analyse, dass das Wetter den Kreislauf und den Stoffwechsel anregt, was zu einer Verbesserung der Arbeitsleistung und der Konzentrationsfähigkeit führen kann. Dies wird auch von **gesundheit.de** unterstützt.

Empfehlungen zur Wetterfühligkeit

Für Menschen, die auf Wetteränderungen empfindlich reagieren, wird empfohlen, regelmäßig Bewegung im Freien zu machen, um die Abwehrkräfte zu stärken. Auch wenn der Nachmittag keine thermische Belastung mit sich bringt, sind am Vormittag schwache Kältereize zu bemerken. All diese Faktoren beeinflussen die Stimmung und das allgemeine Wohlbefinden der Kasseler.

Bezüglich der Pollenflugbelastung bleibt festzustellen, dass die Luft in der Region Kassel am 30. Januar 2025 weitgehend pollenfrei ist, wie **wetterkontor.de** ergänzt. Lediglich die Haselpollen sind in geringer Menge anwesend, während andere Pflanzen wie Erle, Birke und Roggen keine allergene Belastung verursachen. Für den kommenden Tag wird eine geringe Belastung an Pollen vorhergesagt, die jedoch alles in allem nicht als alarmierend einzustufen ist.

Vor dem Hintergrund der fortschreitenden Kälte und der damit verbundenen wetterbedingten Einschränkungen sollten Menschen, die unter Bluthochdruck oder rheumatischen Beschwerden leiden, ihre Aktivitäten gegebenenfalls anpassen. Auch die Ansprüche an die Ernährung ändern sich: Bei schlechtem Wetter neigen viele dazu, vermehrt

kohlenhydratreiche und zuckerhaltige Lebensmittel zu konsumieren, was als Reaktion auf die kalten Temperaturen gedeutet werden kann.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass der Wetterbericht für Kassel am 30. Januar 2025 durch hohe Niederschlagswahrscheinlichkeit und niedrige Temperaturen geprägt ist, was sich auf das allgemeine Wohbefinden und die Leistungsfähigkeit der Bürger auswirkt. Das Verständnis der Auswirkungen des Bioweters auf die Gesundheit kann helfen, sich besser auf die bevorstehenden Tage einzustellen.

Details	
Quellen	• **www.news.de** • **www.gesundheit.de**

Besuchen Sie uns auf: aktuelle-nachrichten.net